



IEDEREEN KAN LEVENS REDDEN



Pas op, ongenode gast...

Het zonnetje schijnt, de temperatuur loopt op, het is helemaal lente. De natuur is helemaal wakker geworden. Zo ook 'ongenode gasten' als bijvoorbeeld de teek, die worden met het warme weer extra actief. Waar je de teek kunt verwachten, wat je kunt doen om een tekenbeet te voorkomen en hoe te handelen bij een tekenbeet, daarover schrijft het Oranje Kruis het volgende:

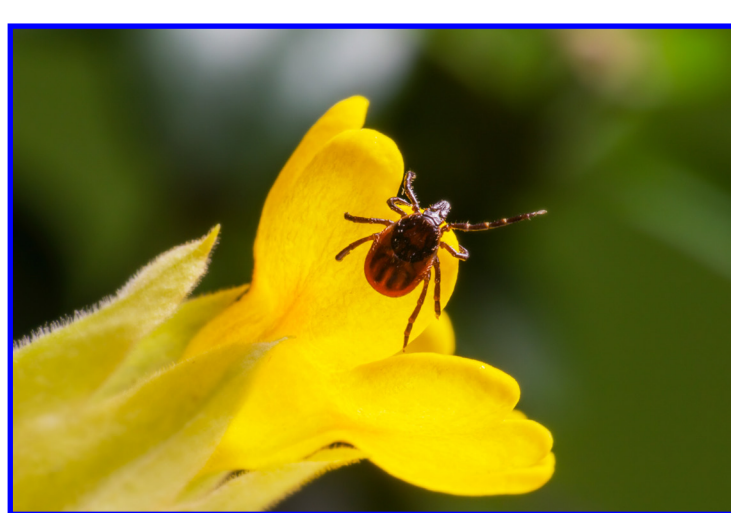
"Jaarlijks lopen ruim 1,5 miljoen Nederlanders een tekenbeet op. Ongeveer 27.000 van die Nederlanders krijgen te maken met de ziekte van Lyme. Er bestaan gelukkig veel manieren om een tekenbeet te voorkomen, onder andere met goede voorlichting. (..)

Het leefgebied van de teek

Een teek is een klein, plat en spinachtig insect en donkerbruin van kleur. Er bestaan verschillende soorten teken. De schapenteek is de meest voorkomende tekensoort in Nederland. De kleine diertjes leven vooral in de Nederlandse bossen en duinen, parken en tuinen. Daar vind je ze in de buurt van bomen en struiken en op plekken waar de bodem bedekt is met hoog gras. Zodra de teek het lichaam heeft bereikt, zoekt het snel een warm plekje op waar het zich vervolgens vastbijt.

Tekenbeten voorkomen

Je wilt natuurlijk liever een tekenbeet voorkomen dan genezen. Het is belangrijk dat je tijdens een wandeling op de paden blijft lopen en het liefst niet te dicht bij struikgewassen komt. Draag tijdens de wandeltocht bedekkende kleding, het liefst licht van kleur. Zo maak je het de teek moeilijk om op je huid te komen en valt hij makkelijker op. Ook kun je jezelf vooraf insmeren met DEET of speciale sokken dragen die geïmpregneerd zijn waardoor de teek zich niet meer vastbijt.



Tien jaar tekenradar

Precies tien jaar geleden werd [tekenradar.nl](https://www.tekenradar.nl) gelanceerd door het RIVM en Wageningen University. Dit is hét netwerk voor onderzoek naar en voorlichting over tekenbeten en de ziekte van Lyme. In tien jaar tijd zijn er ruim 80.000 tekenbeten gemeld. Mede dankzij het uitvoeren van verschillende onderzoeken, levert dit veel nieuwe inzichten op. Hierdoor weten we steeds beter waar, wanneer en hoe een tekenbeet, en daarmee de ziekte van Lyme, voorkomen kunnen worden.

Dankzij al deze onderzoeken zijn we er achter gekomen dat inwoners van de provincie Drenthe de grootste kans op een tekenbeet lopen. Maar ook provincies zoals Noord-Brabant, Gelderland en Noord-Holland melden een groot aantal tekenbeten. Zuid-Holland is de provincie waar de minste tekenbeten zijn gemeld. In de maanden juni en juli is de kans om een tekenbeet op te lopen het hoogst.

Wie er lekker op uit wilt gaan, kan van te voren bekijken waar en hoeveel tekenbeten er zijn gemeld in een bepaald gebied. [Tekenradar.nl](https://www.tekenradar.nl) toont namelijk een overzicht van de meldingen van tekenbeten, erythema migrans en overige Lyme gevallen in de afgelopen vier weken. De kaart toont alle meldingen die binnen Nederland zijn gemaakt, met maximaal enkele dagen vertraging."

bron: <https://www.ehbo.nl/nieuws/2022/04/de-week-van-de-teek-2022/>

Eerstehulp bij tekenbeten

"Een tekenbeet kan de ziekte van Lyme veroorzaken. Lyme kan gepaard gaan met gewrichtsklachten en verlammingen. Niet iedereen die door een teek is gebeten, krijgt deze ziekte. Een teek moet zo snel mogelijk worden verwijderd.

- Gebruik voor het verwijderen van teken geen alcohol of benzine.
- Pak de teek zo dicht mogelijk bij de huid met een puntig pincet of speciale tekenverwijderaar.
- Bel de huisarts of huisartsenpost als het verwijderen niet lukt.
- Ontsmet het wondje na het verwijderen van de teek.
- Neem contact op met de huisarts bij een rode kring of bij ongewone vermoeidheid, koorts, verminderde eetlust of pijn aan gewrichten."

bron: <https://www.ehbo.nl/tips/beten-en-steken/>

Niet alleen de teken zijn weer (extra) actief. Ook de eikenprocessierupsen zijn uit hun eitjes gekropen. In de volgende Pleisterpost besteden we extra aandacht aan die ongenode gast.

Evenementenseizoen = hulpverleningsseizoen

Het evenementenseizoen is weer aangebroken! Je ziet de kalender in de Pleisterpost elke maand groeien. In principe dienen organisaties 6 weken van te voren hun aanvraag voor hulpverlening bij ons in. Maar soms loopt het anders. En dan meldt een organisatie zich op het allerlaatste moment. Dan doen wij een spoed-oproep uit per mail.

We beloven organisaties nooit dat het ons lukt om voldoende hulpverleners te vinden. We beloven wel altijd dat we onze uiterste best doen om ze te vinden. Zonder hulpverleners gaan activiteiten namelijk niet door. Gelukkig heeft het zover nog nooit hoeven komen. Er is namelijk een kleine groep van leden die regelmatig te vinden zijn bij evenementen. Maar deze kleine groep kan wel wat versterking gebruiken. Mogen we jou daar ook eens voor vragen?

Natuurlijk weten wij dat het van veel persoonlijke factoren en allerlei omstandigheden afhangt of je inzetbaar kunt zijn op de evenementen die op de kalender staan... Maar laten we toch een kleine rekensom maken. We hebben zo'n 230 leden in onze vereniging. Bij een activiteit worden per dagdeel 2 ehbo'ers ingezet. Als elk lid eens in de 2 jaar voor 1 dagdeel beschikbaar is, dan kunnen we met ons allen in die 2 jaar, 115 dagdelen lang een ehbo-post bemensen! Dat zou toch fantastisch zijn?

Er staan in de agenda hieronder allerlei activiteiten/evenementen. En overal zoeken we nog hulpverleners voor. Dus, waar wacht je op?

Is je antwoord: Ik weet eigenlijk niet of ik dat wel kan / durf?

Weet dan dat je als beginner altijd op pad gaat met iemand met ervaring. Je kennis van de basis-ehbo is voldoende. Door mee te helpen bij evenementen bouw je ehbo-ervaring op. Daarvan leer je in de praktijk veel meer dan in de herhalingscursussen. Je hoeft voor hulpverlening bij evenementen ook geen extra certificaat of diploma te hebben.*

Is je antwoord: Ik zou misschien wel willen, maar heb geen idee wat er allemaal precies van me verwacht wordt / wat ik allemaal moet regelen?

Weet dan dat je ons altijd kunt bellen of mailen voor een uitgebreide uitleg. Een keer meekijken bij een activiteit zonder direct inzetbaar te zijn, is ook mogelijk.

Kortom, zou je wel willen, maar weet je even niet hoe of wat? Aarzel niet en vraag ons! De contactgegevens vind je onderaan de nieuwsbrief.

* "Voor de meeste (kleine) evenementen is een diploma of certificaat eerste hulp voldoende. Alleen als binnen een evenementenzorgorganisatie (EZO) eerstehulpverleners structureel samenwerken met zorgprofessionals, kunnen extra vaardigheden nodig zijn", stelt het Oranje Kruis in de nieuwsbrief van mei.

Onze vereniging werkt niet structureel samen met zorgprofessionals. Een diploma basis-ehbo is voldoende om te kunnen ondersteunen bij evenementen die op onze hulpverleningsagenda staan.

Agenda 2022

Hulpverlening evenementen/activiteiten

- 14 mei: **Fierljepwedstrijd** - Buitenpost - 13:00, 15:30 en 19:00 uur => 2 ehbo'ers
- 11 juni: **Waldenstriid** (soort highland games) - boerenerf Rijksstraatweg, Noardburgum - 13:00-17:00 uur => 2 ehbo'ers
- 18 & 19 juni: **Turnkampioenschappen** - De Houtmoune, Buitenpost - tijden volgen => 2 ehbo'ers per dag(deel)
- 25 juni: **Fierljepwedstrijd** - Buitenpost - 13:00, 15:30 en 19:00 uur => 2 ehbo'ers
- 9 juli: **Insectendag** - Kruidhof, Buitenpost - 13:30-17:00 uur => 2 ehbo'ers
- 9 juli: **Swaddekuier** - Buitenpost en omgeving - meer info volgt
- 29 juli: **Fierljepwedstrijd** - Buitenpost - 19:00 uur => 2 ehbo'ers
- 30 juli: **Fierljepwedstrijd** - Buitenpost - 13:00 en 15:30 uur => 2 ehbo'ers
- 3 augustus: **Natuurmarkt** - Kruidhof, Buitenpost - 10:00-17:00 uur => 2 ehbo'ers per dagdeel van 10:00-13:30 uur en 13:30-17:00 uur
- 31 augustus: **Fierljepwedstrijd** - Buitenpost - 18:30 uur => 2 ehbo'ers
- 15 oktober: **Oogstdag** - Kruidhof, Buitenpost - 10:00-17:00 uur => 2 ehbo'ers per dagdeel van 10:00-13:30 uur en 13:30-17:00 uur

Evenementen gaan alleen door als er voldoende ehbo'ers bij aanwezig zijn. De inzet van vrijwilligers wordt dan ook zeer gewaardeerd! Eventuele reiskosten kunnen worden vergoed en voor eten en drinken zorgt de organisatie van het evenement.

Aanmelden als hulpverlener bij evenementen kan bij Dineke van der Bij (secretariaat): ehbobuitenpost@hotmail.com of t. 0511 - 541838.